

Caso de María

Mujer de 28 años. Trabaja de cara al público en una tienda de ropa.

Acude a consulta con estado de ánimo bajo y ansiedad. Refiere llevar así alrededor de 6 meses. Nos cuenta que tiene un problema de **“celos patológicos, ... no paro de montarle pollos a Pablo porque no puedo tolerar que me vuelvan a poner la cornamenta otra vez”**. Pablo, su pareja trabaja de comercial en un laboratorio farmacológico y debido a esto hace viajes constantes por España y Portugal. Comenta que desde hace unos meses no para de hablar de una farmacéutica llamada Laura, que **“es muy maja y muy buena amiga”**.

Nos comenta que durante el trabajo se pasa las horas mirando las redes (de Pablo y de Laura) para ver si encuentra alguna pista que le confirme esa aventura. Esto le ha comenzado a pasar factura puesto que su manager le ha dado un toque de atención para que deje el móvil.

María se pasa los momentos fuera del trabajo dándole vueltas a todo lo que Pablo le cuenta para poder buscar **“fallos”** en su relato, chequeando las conversaciones de ella con su pareja para ver que coincidan los tiempos de desplazamiento...

Nos cuenta que le cuesta conciliar el sueño, se pasa las noches dando vueltas a escenarios imaginarios donde él y Laura tienen encuentros sexuales, y esto le genera una **“agonía insoportable... me muero por dentro”**. En muchas ocasiones acaba cogiendo el teléfono de Pablo para buscar la conversación con Laura a ver si encuentra algo sospechoso.



CEREBETIA

Centro de psicología y
Escuela de Formación

Evaluación e intervención en celotipia
Impartido por: Ester García Naranjo

Caso de María

Cuando Pablo está de viaje llama al hotel donde se hospeda, en *“pleno ataque de ansiedad”* para que Pablo la calme y así *“asegurarme que está en el hotel solo”*. Refiere que *“le afecta la interacción de su pareja con cualquier otra chica, le caen mal sin motivo... Igual que existe el amor a primera vista, existe el odio a primera vista”*. Esto ha provocado que María en múltiples ocasiones discuta con Pablo al prohibirle salidas de empresa, con clientes, o con compañeros del trabajo, puesto que *“no puedo creer a ninguna (mujer)”*.

Comenta que cuando empezó todo esto, Pablo y ella pactaron que si ella tenía *“estas inseguridades”* Pablo le mostraría el teléfono, la calmaría, la atendería... Si él no estaba presente, éste la respondería el teléfono, aun estando con un cliente. Pero tras meses de seguir con esta dinámica, Pablo *“ya no me coge las llamadas, pasa de mí... Y a veces lo entiendo porque puede estar en una reunión pero otras es superior a mí y no me puedo controlar”*.

Muchas veces en casa *“veo que está todo el rato con el móvil, o que no me escucha cuando le hablo, y es ahí donde me llevan los demonios”*. Acaba confrontando a Pablo y en la mayoría de las ocasiones acaban teniendo una discusión. María comenta que *“le crea más desconfianza cuando él se pone a la defensiva”*.



CEREBETIA

Centro de psicología y
Escuela de Formación

Evaluación e intervención en celotipia
Impartido por: Ester García Naranjo

Caso de María

María nos cuenta que ha tenido 3 relaciones en el pasado, las cuales finalizaron al enterarse ella de una infidelidad por parte de sus exparejas. En la última, éste había solapado otra relación durante el último año, y la dejó porque iba a casarse con esa tercera persona. Ese evento ***“me destrozó el autoestima... ¿Qué tengo roto yo que haga que los tíos se busquen a otras...? Era todo perfecto y de repente mazazo.... Estaba en un puto sueño pero parece que era eso”***. Refiere ***“ya no sentirse atractiva”*** aunque, sigue manteniendo relaciones con su pareja porque ***“si no me acuesto con él, lo buscará fuera”***.

También nos cuenta que en su infancia sus padres no estaban mucho con ella en casa por sus trabajos, por lo que la iban dejando al cuidado de familiares y vecinos, cambiando cada poco tiempo de casa y no pudiendo generar ***“relaciones familiares”*** con apenas personas cercanas a ella.

Destaca que tiene pocas amistades, pero que las que se mantienen ***“están siempre ahí, aunque están ya cansadas de escucharme hablar de Laura, me han dicho que soy una paranoica y una celosa”***, y que esto le genera últimamente ***“rechazo para verlas”***.



CEREBETIA

Centro de psicología y
Escuela de Formación

Evaluación e intervención en celotipia
Impartido por: Ester García Naranjo

Variables disposicionales		Desencadenantes		Conducta	Consecuencias	
Situacionales	Personales	Situacionales	Personales		Corto Plazo	Largo plazo
	Inseguridad relacional		Imágenes de pareja y Laura manteniendo encuentros sexuales	Rumia		
Historia de infidelidad de parejas	Pobre concepto de sí misma	Ver a pareja con el móvil		Confronta pareja		Deterioro en la pareja
Bajos recursos sociales	Pobres estrategias de regulación emocional	Pareja en el trabajo	Sensación de soledad	Prohibiciones de salir	Alivio	
	Afrontamiento rumiativo	Pareja fuera de casa por viaje	Miedo	Comprobaciones del teléfono, hoteles,...	Sensación de control	Aumento de la desconfianza, del malestar
	Alta necesidad de control	Salidas de ocio de pareja	Desconfianza			
			Pensamientos de "			



CEREBETIA

Centro de psicología y Escuela de Formación

Evaluación e intervención en celotipia
Impartido por: Ester García Naranjo